TreadClimber® by BOWFLEX®

TC5

Manual en Español Latino Americano: http://support.nautilus.com

Manual del usuario

¡Bienvenido a TreadClimber® de Bowflex®!

Está a punto de experimentar una transformación que no sólo modelará su cuerpo sino que además cambiará su perspectiva sobre la vida. Le agradecemos su inversión de tiempo y dinero en la máquina de ejercicios TreadClimber®. Estamos tan seguros de su compra que le garantizamos los resultados. Si no observa resultados en las primeras seis semanas, puede pedir su dinero de vuelta (menos los gastos de envío): garantizado (consulte la "Garantía de satisfacción del 100%").

Use este manual del usuario como una guía para comenzar los entrenamientos en la TreadClimber® y para conocer consejos sobre cómo mantener la máquina en buenas condiciones.

Nuestros mejores deseos de salud,
La Familia Bowflex®

Índice

Instrucciones de seguridad importantes 3
Etiquetas de advertencias de seguridad y número de serie 5
Especificaciones.....6
Características.....7
Operaciones 10
Antes de comenzar 18
Traslado de la máquina 21
Nivelación de la máquina 22
Mantenimiento.....23
Alineación de la banda de desplazamiento 25
Inspección y lubricación de la rótula esférica Heim 26
Inspección y ajuste de los baleros unidireccionales.....27
Reemplazo de las baterías de la consola 28
Reducción de la electroestática en la banda de desplazamiento.....29
Solución de problemas.....32
Garantía de satisfacción del 100% 35

Si tiene consultas o problemas con su producto, llame al 1 (800) 605–3369.

Nautilus, Inc., (800) NAUTILUS/(800) 628-8458, www.NautilusInc.com - Servicio al cliente: América del Norte (800) 605-3369, tcinquiry@nautilus.com | fuera de los EE. UU. +01-360-859-5180, technics-APLA@nautilus.com | Impreso en China |

© 2011 Nautilus, Inc. Todos los derechos reservados. ™ y ® indican una marca comercial o una marca comercial registrada. Las marcas comerciales Nautilus, Inc. (www.NautilusInc.com) incluyen NAUTILUS®, BOWFLEX®, SCHWINN®, TreadClimber® y UNIVERSAL®, así como sus respectivos logotipos. Otras marcas comerciales son propiedad de sus dueños respectivos.

Este ícono significa una situación posiblemente riesgosa que, de no evitarse, podría provocar la muerte o lesiones graves.

Antes de usar este equipo, acate las siguientes advertencias:

Lea y comprenda la totalidad del manual del usuario.

Lea y comprenda todas las Advertencias sobre esta máquina. Si en cualquier momento alguna de las etiquetas adhesivas de advertencia se suelta, no puede leerse o se desprende, póngase en contacto con el servicio al cliente de Nautilus® para obtener etiquetas adhesivas de reemplazo.

⚠DANGER Para reducir el riesgo de descarga eléctrica o el uso no supervisado del equipo, siempre retire las baterías de la máquina y espere 5 minutos antes de la limpieza, mantenimiento o reparación de la máquina.

- Conserve el Manual del usuario para futuras consultas.
- No se debe permitir que los niños se suban ni se acerquen a la máquina. Las piezas móviles u otras características de la máquina pueden ser peligrosas para los niños.
- No está diseñada para que la usen personas menores de 14 años de edad.
- Consulte a un médico antes de comenzar un programa de ejercicios. Deje de ejercitarse si siente dolor o tensión en el pecho, si tiene dificultad para respirar o si siente que va a desmayarse. Póngase en contacto con su médico antes de volver a usar la máquina. Use los valores calculados o medidos por la computadora de la máquina sólo como referencia.
- Antes de cada uso, revise si hay piezas sueltas o señales de desgaste en la máquina. No la use si la encuentra en estas condiciones. Póngase en contacto con el servicio al cliente de Nautilus® para obtener información sobre la reparación.
- Límite máximo de peso del usuario: 300 lbs. (300 libras). No la use si excede este peso.
- Esta máquina es sólo para uso doméstico.
- No use ropa suelta ni joyas. Esta máquina contiene piezas móviles. No ponga los dedos ni otros objetos en las piezas móviles del equipo para ejercicios.
- Siempre use un par de zapatillas atléticas con suela de goma al emplear esta máquina. No use la máquina descalzo o solamente en calcetines.

Instrucciones de seguridad importantes

- Tenga en cuenta que en la operación normal de la máquina, el movimiento de los pedales está mecánicamente vinculado al movimiento de caminata de las bandas. Cuando las bandas de desplazamiento estén en reposo, los pedales descansarán en una posición fija. En caso de que un objeto se atore entre los pedales, éstos se pueden mover manualmente mediante una de las dos formas siguientes:
    1. Empuje hacia abajo con el pie o la mano la barra posapies exterior del pedal inferior; de esta forma se moverán los pedales para liberar el objeto.
    2. Empuje hacia abajo y hacia atrás con el pie o la mano la banda de desplazamiento del pedal inferior; de esta forma se moverán los pedales para liberar el objeto.

    ⚠PRECAUCIÓN No permita que los niños ni las mascotas jueguen con la máquina ni cerca de ésta.
- Instale y haga funcionar esta máquina sobre una superficie sólida, nivelada y horizontal.
- Tenga cuidado al subirse y al bajarse de la máquina. Use las plataformas posapies provistas para mayor estabilidad antes de caminar sobre la banda.
- No haga funcionar esta máquina al aire libre ni en lugares húmedos o mojados.
- Deje un espacio de al menos 1/2 m (19,5 pulgadas) a cada lado de la máquina y de 2 m (79 pulgadas) detrás de la máquina. Esta es la distancia de seguridad recomendada para tener acceso a la máquina, transitar alrededor de ella y bajarse en caso de emergencia. Cuando la máquina esté en uso, mantenga a terceros fuera de esta área.
- No haga esfuerzos excesivos durante el ejercicio. Haga funcionar la máquina de la manera descrita en este manual.
- Efectúe todos los procedimientos de mantenimiento habituales y periódicos recomendados en el manual del usuario.
- Ponga a prueba las bandas para ver qué tan rápido se detienen en caso de una emergencia.
- Mantenga la banda de desplazamiento limpia y seca.
- Mantenga las baterías alejadas de las fuentes de calor y de las superficies calientes.
- No deje caer ni introduzca objetos en ningún orificio de la máquina.
- No mezcle baterías viejas y nuevas.
- No mezcle baterías alcalinas, estándar (carbono-zinc) o recargables (Ni-Cd, Ni-MH, etc.).
- No la ponga en funcionamiento donde se estén usando productos en aerosol.
- Esta máquina está diseñada para caminar. No intente correr en esta máquina.
- Para un almacenamiento seguro de la máquina, retire las baterías y coloque la máquina en un lugar seguro, alejado de niños y mascotas.
- Mantenga sus manos en las barras de apoyo y permanezca lo más cerca y cómodo posible de la parte delantera de la máquina para mantenerse equilibrado sobre los pedales.
- Mantenga sus pies en el centro de cada pedal, no permita que sus pies se crucen frente a su cuerpo a medida que aumenta la velocidad.

Etiquetas de advertencias de seguridad y número de serie

FAILURE TO OBEY THESE SAFEGUARDS CAN CAUSE SERIOUS INJURY OR HEALTH PROBLEMS.
WARNING
1. Keep children and pets away from this machine at all times.
2. Use Caution when you use this equipment or serious injury can occur.
3. Prior to use, read and understand the Owner's Manual, including all Warnings.
4. To prevent injury, stand on the Foot Platforms before starting to walk on the belts.
5. This machine is for Residential use only.
6. The Maximum user Weight for this machine is 300lbs./136kgs.
7. Replace any Warning label that becomes damaged, illegible or is removed.
8. Not intended for use by anyone under 14 years of age.
WARNING
• Keep hands and feet away.
AVERTISSEMENT
• Gardez les mains et les pieds loin.
004-0930
Serial Number
AAAAAABBBPPPPPPLLCCCCCC
18225 NE Riverside Parkway, Portland, Or. 97230
www.nautilus.com
Model: TC5
Rating: N/A
Made in: China
NAUTILUS
0000
004-0925_A
CALIFORNIA 93120 PHASE 2 COMPLIANT FOR FORMALDEHYDE
FABRICATOR
MM/YYYY
003-8597_C
WARNING
-Moving parts can crush and cut.
-Keep guards in place.
-Lock out power before servicing.
* under Left Side Cover

Para validar el soporte de garantía, guarde el comprobante de compra original y anote la siguiente información:

Número de serie _____ **Fecha de compra** _____

Para registrar la garantía de su producto, visite: **www.bowflex.com/register**

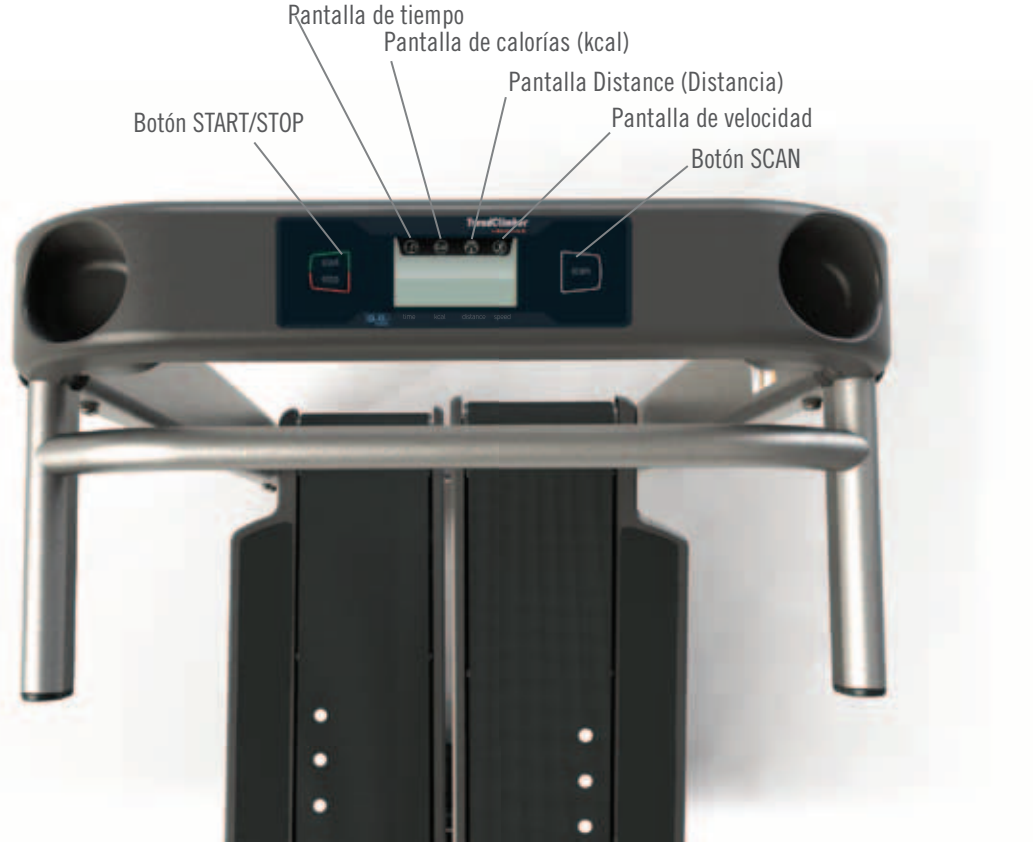
O bien llame al 1 (800) 605–3369.

Especificaciones

Peso máximo del usuario:	136 kg (300 libras).
Requisitos de energía:	2 baterías AA (no se incluyen)
Voltaje de funcionamiento:	1 a 3,3 VCC

Consola
Soporte para botella de agua
Manubrios
Compartimiento para baterías
Perno de ajuste de la banda de desplazamiento
Pedal
Plataforma posapies lateral
Guía de la banda de desplazamiento
Barra de sujeción de transporte
Nivelador
Rueda para transporte

Consola



La pantalla de progreso semanal de G.O. La consola Coach™ despliega un valor de entrenamiento a la vez y recorre los cuatro a medida que usted entrena.
Durante este recorrido, se muestra un icono para determinar el valor de entrenamiento que se despliega. Los iconos se definen abajo de la pantalla de la consola (tiempo, kcal, distancia y velocidad).

Nota: Los iconos parpadearán cuando se permita el recorrido de los valores de entrenamiento.

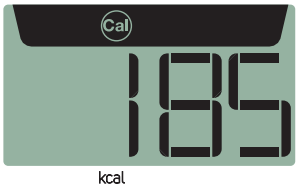
Botón START/STOP
El botón START/STOP encenderá la consola y le permitirá a usted elegir una opción.

Mantenga presionado el botón START/STOP durante 3 segundos para finalizar un entrenamiento interrumpido, apagar inmediatamente la consola a partir del modo Idle (reposo) o Results (resultados), y para salir del modo Setup (configuración) de la consola.

Pantalla de tiempo
La pantalla de tiempo cuenta el tiempo total de su entrenamiento en minutos y segundos (p. ej., 5:42 minutos).

Nota: Cuando llegue a “99:59”, la pantalla de tiempo volverá a un valor de “00:00”.

Pantalla Calorie (Calorías)
La pantalla Calorie muestra el valor total de calorías. La pantalla de calorías cuenta el total de sus calorías.



Pantalla Distance (Distancia)
La pantalla de distancia muestra la distancia de su entrenamiento en millas (sistema imperial) o kilómetros (sistema métrico). Las millas son la configuración predeterminada.

Pantalla de velocidad
La pantalla de velocidad muestra su velocidad de escalada en millas (sistema imperial) o kilómetros (sistema métrico) por hora con un decimal (p. ej., 3.4). Las millas son la configuración predeterminada. La velocidad máxima de esta máquina es 7.2 kph (4,5 mph).

Nota: El valor de velocidad es un promedio en el modo Results o Paused (interrumpido).

Botón SCAN
El botón SCAN le permite moverse entre las opciones, como el modo Results o Console Setup (configuración de la consola).

El botón SCAN también le permite a un usuario mantener el valor de entrenamiento actualmente desplegado, con lo que se crea un entrenamiento con sólo uno de los valores desplegados. Cuando esté en este modo, el valor y el icono de entrenamiento no parpadean. Presione el botón SCAN nuevamente para soltar la pantalla de entrenamiento.

Fundamentos de acondicionamiento físico

Frecuencia

Para mantener una buena salud, perder peso y mejorar la resistencia cardiovascular, use la máquina de ejercicios TreadClimber® un mínimo de 3 veces por semana, 30 minutos cada día.

Si el ejercicio es algo nuevo para usted (si está retomando un programa regular de ejercicios) y no le acomoda completar 30 minutos de ejercicio continuo de una vez, simplemente ejercítese de 5 a 10 minutos y aumente gradualmente el tiempo de su entrenamiento hasta que pueda alcanzar el total de 30 minutos.

Si su agenda es muy ajetreada y no puede acomodar 30 minutos de ejercicio continuo en su día, pruebe acumular 30 minutos mediante la realización de varios entrenamientos más cortos en el mismo día. Por ejemplo, 15 minutos en la mañana y 15 minutos en la tarde.

Para lograr mejores resultados, combine los entrenamientos en la máquina de ejercicios TreadClimber® con un programa de entrenamiento de fuerza usando un gimnasio para el hogar Bowflex® o unas pesas Bowflex® SelectTech® y siga el Plan de pérdida de peso corporal Bowflex® que viene con su máquina.

Constancia

Las agendas laborales ajetreadas, las obligaciones familiares y los quehaceres cotidianos pueden dificultar acomodar el ejercicio regular en su vida. Pruebe los siguientes consejos para aumentar sus posibilidades de éxito:

Programe sus entrenamientos de la misma manera que programa reuniones o citas. Seleccione días y horas específicos cada semana y no cambie sus horas de entrenamiento a menos que sea absolutamente necesario.

Comprométase con un familiar, amigo o cónyuge y anímense mutuamente para mantener el rumbo cada semana. Déjense mensajes con recordatorios amigables para ser constantes y hacerse responsables el uno del otro.

Haga que sus entrenamientos sean más interesantes alternando entre entrenamientos de estado constante (velocidad única) y entrenamientos por intervalos (velocidad variable). La máquina de ejercicios TreadClimber® es aún más divertida cuando le agrega este tipo de variedad.

Indumentaria

Es importante usar calzado y ropa adecuados, seguros y cómodos al usar la máquina de ejercicios TreadClimber®, esto incluye:

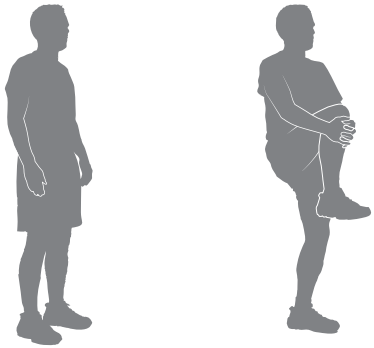
- Zapatillas deportivos para caminar o correr con suela de goma.
- Ropa de ejercicio que le permita moverse con libertad y mantenerse cómodamente fresco.
- Suspensorios que le brinden estabilidad y comodidad.

Calentamiento*

Antes de usar la máquina de ejercicios TreadClimber®, contemple realizar estos estiramientos dinámicos de calentamiento que le ayudarán a preparar su cuerpo para el entrenamiento:

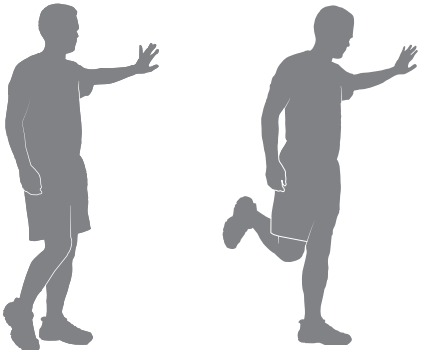
Abrazo dinámico de rodilla

Párese con los pies juntos. Lleve una rodilla adelante y levántela hacia el pecho. Rodee la espinilla con sus manos y acerque la rodilla al pecho. Termine el estiramiento poniendo el pie nuevamente en el suelo. Cada repetición de la secuencia debe tomar de 1 a 3 segundos. Repítalo como una secuencia fluida, controlada y continua de 10 a 20 veces. Repita el estiramiento con la otra pierna.



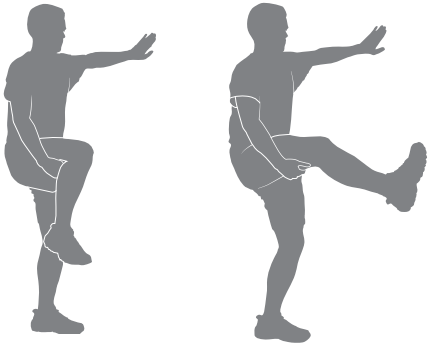
Flexión dinámica de rodilla

Párese con los pies juntos. Levante el talón de un pie hacia los glúteos. Termine el estiramiento poniendo el pie nuevamente en el suelo. Cada repetición de la secuencia debe tomar de 1 a 3 segundos. Repítalo como una secuencia fluida, controlada y continua de 10 a 20 veces. Repita el estiramiento con la otra pierna.

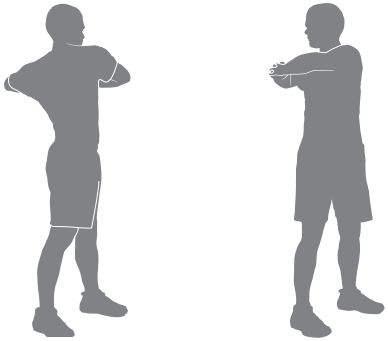


Patada dinámica de rodilla

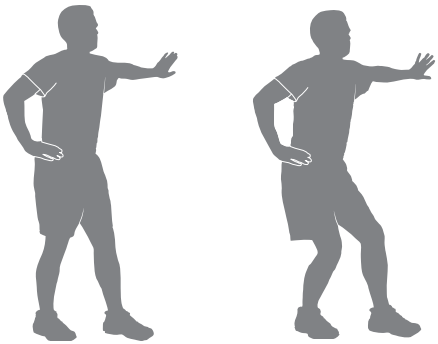
Párese erguido y sostenga una pierna arriba con las manos a la altura de la cadera, manteniendo la rodilla flectada. Apóyese en una pared para mantener el equilibrio, si es necesario. Enderece la rodilla hasta donde le resulte cómodo. Termine el estiramiento flectando la rodilla. Cada repetición de la secuencia debe tomar de 1 a 3 segundos. Repítalo como una secuencia fluida, controlada y continua de 10 a 20 veces. Repita el estiramiento con la otra pierna.



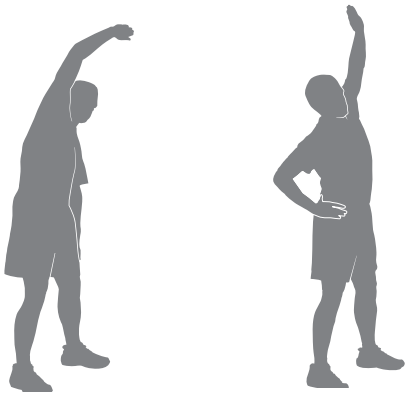
Giro dinámico
Párese con los pies separados al ancho de los hombros. Flecte los codos; abra los brazos hacia los lados. Gire la parte superior del cuerpo hacia un lado y luego hacia el otro hasta donde le resulte cómodo. Cada repetición de la secuencia debe tomar de 1 a 3 segundos. Repítalo como una secuencia fluida, controlada y continua de 10 a 20 veces



Presión dinámica de talón con rodilla flectada
Párese con un pie adelante y un pie atrás, separados al ancho de la cadera y con los pies apuntando hacia adelante. Flecte ambas rodillas apoyando el peso en el talón de más atrás. Termine el estiramiento volviendo a la posición inicial. Cada repetición de la secuencia debe tomar de 1 a 3 segundos. Repítalo como una secuencia fluida, controlada y continua de 10 a 20 veces. Repita el estiramiento con la otra pierna. Apóyese en una pared o sosténgase de algo para mantener el equilibrio, si es necesario.



Extensión dinámica lateral
Párese con los pies separados, las rodillas ligeramente flectadas y los brazos a los lados del cuerpo. Extienda una mano por encima de la cabeza e inclínese hacia el lado opuesto. Termine el estiramiento volviendo a la posición inicial. Luego extienda la otra mano hacia el lado opuesto. Use el otro brazo para apoyar el peso del cuerpo sobre el muslo, si es necesario. Cada repetición de la secuencia debe tomar de 1 a 3 segundos. Repítalo como una secuencia fluida, controlada y continua de 10 a 20 veces.



* Fuente: Jay Blahnik's Full-Body Flexibility, segunda edición, 2010. HumanKinetics.com.

Entrenamientos

Siga estas pautas para adoptar con facilidad un régimen semanal de ejercicios. Use su criterio y/o los consejos de su médico o profesional de atención salud para encontrar la intensidad y nivel de sus entrenamientos.

Consulte a un médico antes de comenzar un programa de ejercicios. Deje de ejercitarse si siente dolor o tensión en el pecho, si tiene dificultad para respirar o si siente que va a desmayarse. Póngase en contacto con su médico antes de volver a usar la máquina. Use los valores calculados o medidos por la computadora de la máquina sólo como referencia.

El entrenamiento por intervalos y el estado constante son dos tipos de entrenamiento que puede realizar en la máquina de ejercicios TreadClimber®:

Entrenamientos de estado constante

Un entrenamiento de estado constante supone aumentar lentamente la velocidad de su entrenamiento hasta una velocidad exigente pero cómoda que pueda mantener durante la mayor parte de su entrenamiento. Por ejemplo, mantener un ritmo de caminata de 3.0 MPH durante el entrenamiento completo, salvo durante el calentamiento y el enfriamiento. Los entrenamientos de estado constante le ayudan a adquirir confianza, resistencia y constancia en el ejercicio, y son fundamentales para un programa de entrenamiento cardiovascular equilibrado.

Entrenamientos por intervalos

Un entrenamiento por intervalos supone ajustar la velocidad más rápido o más lento a duraciones específicas para aumentar y disminuir su ritmo respiratorio, frecuencia cardíaca y quema de calorías. El siguiente es un ejemplo de entrenamiento por intervalos:

- 7 minutos de caminata a una velocidad lenta, fácil y cómoda.
- 1 minuto de caminata a una velocidad más exigente que sea aproximadamente 50% más rápida.
- 7 minutos de caminata a una velocidad lenta, fácil y cómoda.
- 1 minuto de caminata a una velocidad más exigente que sea aproximadamente 2 veces más rápida.
- 7 minutos de caminata a una velocidad lenta, fácil y cómoda.
- 1 minuto de caminata a una velocidad más exigente que sea aproximadamente 50% más rápida.
- 6 minutos de caminata a una velocidad lenta, fácil y cómoda.

Los entrenamientos por intervalos ofrecen variedad, ayudan a minimizar las lesiones por uso excesivo (que a veces se producen por realizar sólo entrenamientos de estado constante), maximizan la quema de calorías y mejoran la condición física.

La máquina de ejercicios TreadClimber® está diseñada para amortiguar sus articulaciones y músculos, y los entrenamientos por intervalos y de estado constante deben sentirse mucho más cómodos que caminar o correr al aire libre sobre una superficie dura o en una cinta para correr.

Programa de entrenamiento

A continuación se presentan ejemplos de programas de entrenamiento de nivel principiante, intermedio y avanzado. En cada uno de estos ejemplos de programas de entrenamiento, no pase a la semana siguiente hasta que la semana actual se sienta más fácil y cómoda.

	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5
Principiante	Estado constante	Estado constante	Estado constante	Entrenamiento por intervalos	Entrenamiento por intervalos
	Estado constante	Estado constante	Entrenamiento por intervalos	Estado constante	Estado constante
	Estado constante	Estado constante	Estado constante	Entrenamiento por intervalos	Entrenamiento por intervalos

	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5
Intermedio	Estado constante	Estado constante	Entrenamiento por intervalos	Estado constante	Entrenamiento por intervalos
	Estado constante	Entrenamiento por intervalos	Estado constante	Entrenamiento por intervalos	Estado constante
	Estado constante	Estado constante	Entrenamiento por intervalos	Estado constante	Entrenamiento por intervalos

	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5
Avanzado	Estado constante	Entrenamiento por intervalos	Entrenamiento por intervalos	Entrenamiento por intervalos	Entrenamiento por intervalos
	Entrenamiento por intervalos	Estado constante	Estado constante	Estado constante	Entrenamiento por intervalos
	Estado constante	Entrenamiento por intervalos	Entrenamiento por intervalos	Entrenamiento por intervalos	Entrenamiento por intervalos

Registro de entrenamiento

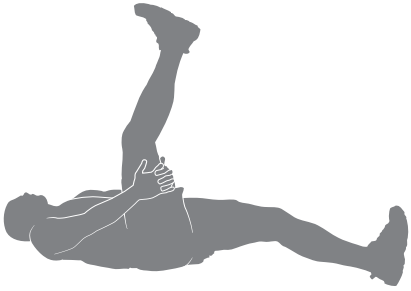
Use este registro para hacer un seguimiento de sus entrenamientos y su progreso. Dicho seguimiento de sus entrenamientos le ayuda a mantenerse motivado y a lograr sus metas.

Fecha	Distancia	Tiempo	Calorías	Promedio Velocidad

Enfriamiento*

Cuando termine de usar la máquina de ejercicios TreadClimber®, contemple realizar estos estiramientos de relajación que le ayudarán a su cuerpo a recuperarse del entrenamiento y lograr mayor flexibilidad:

Levantamiento de pierna tendido
Tiéndase en el piso mirando hacia arriba con las piernas ligeramente flectadas. Levante una pierna hacia el cielo, manteniendo la rodilla recta. Apoye las manos (o una cinta) alrededor del muslo y acerque la pierna a la cabeza. Mantenga el estiramiento durante 10 a 30 segundos. Repita el estiramiento en la otra pierna. Mantenga la cabeza en el piso y no arquee la columna.



Flexión de rodilla tendido de costado
Tiéndase en el piso sobre un costado del cuerpo y apoye la cabeza sobre el brazo inferior. Flecte la rodilla superior y sostenga el tobillo con la mano del mismo lado; luego tire del talón hacia los glúteos. Mantenga el estiramiento durante 10 a 30 segundos. Tiéndase sobre el otro costado y repita el estiramiento con la otra pierna. Recuerde mantener las rodillas muy cercanas.

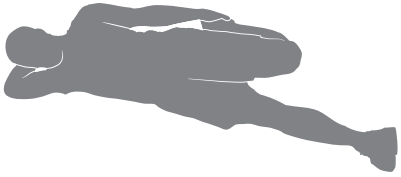
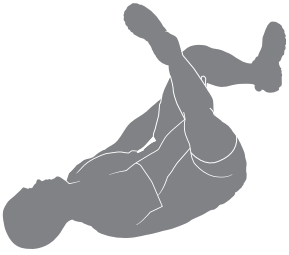


Figura cuatro tendido
Tiéndase en el piso mirando hacia arriba con las piernas flectadas. Apoye un pie cruzado sobre el muslo de la pierna opuesta en la posición que forma un cuatro. Alcance la pierna en el piso y tírela hacia el pecho. Mantenga el estiramiento durante 10 a 30 segundos. Repita el estiramiento con la otra pierna. Mantenga la cabeza en el piso.

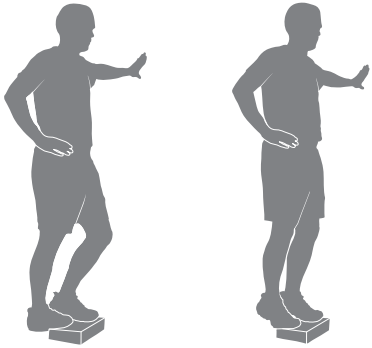


* Fuente: Jay Blahnik's Full-Body Flexibility, segunda edición, 2010. HumanKinetics.com.

Giro sentado
Siéntese en el piso y extienda las piernas rectas frente al cuerpo con las rodillas ligeramente flectadas. Apoye una mano en el piso detrás del cuerpo y la otra mano cruzada sobre el muslo. Gire la parte superior del cuerpo hasta donde le resulte cómodo hacia un lado. Mantenga el estiramiento durante 10 a 30 segundos. Repita el estiramiento en el otro lado.

Figura cuatro sentado
Siéntese en el piso y extienda una pierna rectas frente al cuerpo. Apoye el pie de la otra pierna cruzado sobre el muslo en la posición que forma un cuatro. Mueva el pecho hacia las piernas, girando en la cadera. Mantenga el estiramiento durante 10 a 30 segundos. Repita en la otra pierna. Use los brazos para sostener la espalda.

Descenso dinámico de talón
Apoye la parte delantera de un pie sobre el borde de un peldaño o una escalera. Apoye el otro pie ligeramente en frente. Baje el talón del pie de atrás hasta donde le resulte cómodo, manteniendo la rodilla recta. Termine el estiramiento levantando el talón hasta la altura que le resulte cómoda. Cada repetición de la secuencia debe tomar de 1 a 3 segundos. Repítalo como una secuencia fluida, controlada y continua de 10 a 20 veces. Repita el estiramiento con la otra pierna.



Antes de comenzar

1. Coloque la máquina de ejercicios TreadClimber® en el área de entrenamiento.

Ubique la máquina sobre una superficie limpia, resistente, nivelada y que esté libre de materiales no deseados u otros objetos que puedan estorbar su capacidad para moverse libremente. Se puede usar una estera de goma bajo la máquina para evitar la liberación de electricidad estática y proteger el piso.

La máquina puede ser trasladada por una o más personas. Asegúrese de tener la fuerza física suficiente para mover la máquina en forma segura.

Tenga en cuenta que en la operación normal de la máquina, el movimiento de los pedales está mecánicamente vinculado al movimiento de caminata de las bandas. Cuando las bandas de desplazamiento estén en reposo, los pedales descansarán en una posición fija. En caso de que un objeto se atore entre los pedales, éstos se pueden mover manualmente mediante una de las dos formas siguientes:

1. Empuje hacia abajo con el pie o la mano la barra posapies exterior del pedal inferior; de esta forma se moverán los pedales para liberar el objeto.
2. Empuje hacia abajo y hacia atrás con el pie o la mano la banda de desplazamiento del pedal inferior; de esta forma se moverán los pedales para liberar el objeto.

⚠PRECAUCIÓN No permita que los niños ni las mascotas jueguen con la máquina ni cerca de ésta.

2. Presione el botón START/STOP, o instale las baterías, para encender la consola.

Nota: La máquina de ejercicios TreadClimber® está diseñada para funcionar con 2 baterías AA (LR6). Sólo use baterías alcalinas AA.

3. Párese sobre las plataformas posapies laterales y sitúese con las piernas abiertas sobre las bandas de desplazamiento.

4. Presione el botón START/STOP para iniciar el entrenamiento.

5. Pise sobre la banda de desplazamiento del pedal más levantado y empújela hacia la parte posterior de la máquina. A medida que la otra banda se mueva, pise sobre ella con su otro pie e inicie el entrenamiento.

Mantenga sus manos en las barras de apoyo y permanezca lo más cerca y cómodo posible de la parte delantera de la máquina para mantenerse equilibrado sobre los pedales.

Mantenga sus pies en el centro de cada pedal, no permita que su pies se crucen frente a su cuerpo a medida que aumenta la velocidad.

Nota: En caso de una emergencia, sujete los manubrios y detenga la caminata. De esta manera, las bandas de desplazamiento se detendrán abruptamente.

Cuando haya adquirido experiencia y se sienta cómodo con la acción de la máquina, tal vez desee dejar que sus brazos se balanceen libremente siguiendo el movimiento natural al caminar. Este entrenamiento activará sus músculos

principales. Este ejercicio sólo deben realizarlo las personas que se sienten cómodas al soltar las barras de apoyo.

6. Para finalizar su entrenamiento, presione el botón START/STOP y párase sobre las plataformas posapies laterales.

Modo de encendido/reposo

La consola ingresará al modo Power Up cuando se instalen las baterías y se presione cualquier botón, o se muevan las bandas de desplazamiento.

Nota: Si la consola no recibe ningún dato adicional después de 30 minutos, la máquina se apagará. La consola puede apagarse inmediatamente al mantener presionado el botón START/STOP por 3 segundos mientras se encuentra en el modo de reposo.

Apagado automático (Modo Sleep)

Si la consola no recibe datos dentro de aproximadamente 30 segundos, se apagará en forma automática.

Nota: La consola no tiene un interruptor de encendido/apagado.

La consola puede apagarse inmediatamente a partir del modo Idle o Results al mantener presionado el botón START/STOP por 3 segundos.

Entrenamiento de G.O. Coach™

La consola tiene una meta semanal del G.O. Coach™ que consiste en 90 minutos. Cada entrenamiento se agrega hacia la meta de 90 minutos. Cuando el tiempo correspondiente al valor del entrenamiento llegue a los 90 minutos, se muestra la palabra “GOAL” (meta) con un sonido de felicitaciones.

Modo de resultados

Cuando usted complete o finalice un entrenamiento, la consola desplegará sus valores de entrenamiento con la secuencia tiempo, calorías, distancia y velocidad promedio. Cada valor e icono de entrenamiento se desplegará parpadeando por 5 segundos. Después de desplegar los resultados por 30 segundos, la consola se apagará.

Presione el botón SCAN para controlar manualmente el índice de despliegue de los valores de resultados. La consola se apagará 30 segundos después de haberse presionado el último botón.

Nota: La consola puede apagarse inmediatamente al mantener presionado el botón START/STOP por 3 segundos mientras se encuentra en el modo de resultados.

Pausa o detención de un entrenamiento

Para pausar un entrenamiento, detenga la caminata y reduzca el valor de velocidad a 0. El entrenamiento se interrumpirá después de 2,5 segundos. Presione el botón SCAN para recorrer los valores de entrenamiento. Cuando el entrenamiento esté en pausa, los iconos de entrenamiento no parpadean.

Nota: Si se ha hecho una pausa en el entrenamiento y éste no se reinicia en 5,5 minutos, la máquina se apagará.

Para reiniciar el entrenamiento, sencillamente reanude la caminata. Para finalizar el entrenamiento, mantenga presionado el botón START/STOP durante 3 segundos.

Modo de servicio/configuración de la consola

A partir del modo Power Up/Idle, mantenga presionado los botones START/STOP y SCAN durante 3 segundos para ingresar al modo de servicio/configuración de la consola.

Visualización	Opción	Descripción
Unidad	Unidades	Seleccione su unidad de medida preferida; “Lb” = sistema imperial, “SI” = sistema métrico
StAt	Estadísticas	Muestra el tiempo, las calorías y la distancia totales que la máquina ha estado utilizando desde su activación o el restablecimiento más reciente. **Nota:** Mantenga presionado el botón SCAN para restablecer y borrar las estadísticas.
COdE	Versión del firmware	Despliega la versión del firmware
bAtt	Voltaje de la batería	Despliega el porcentaje que resta de la energía de la batería
EdgE	Detección de velocidad	elija entre los modos; “0” = 1 punto, “1” = 2 puntos

Presione el botón SCAN para efectuar ciclos a través de las opciones y presione el botón START/STOP para seleccionar la opción.

Presione el botón SCAN para ver los detalles de la opción y presione el botón START/STOP para confirmar su selección. En el caso de las opciones que no tengan detalles que consultar, presione el botón START/STOP para salir de la opción.

Para salir del modo de servicio/configuración de la consola, mantenga presionado el botón START/STOP durante 3 segundos.

Nota: La máquina de ejercicio no se puede apagar inmediatamente a partir del modo Console Setup. El usuario debe salir del modo Console Setup y luego mantener presionado el botón START/STOP durante 3 segundos.

Traslado de la máquina

La máquina de ejercicios TreadClimber® pesa aproximadamente 74 kg (163 libras) cuando está completamente ensamblada y es necesario tomar precauciones al trasladarla. Para moverla, use el asa de transporte que se encuentra bajo la parte delantera de la máquina. Para acceder al asa de transporte, gire los niveladores hasta que logre un espacio suficiente entre la máquina y el piso.

Use las ruedas de transporte para llevar rodando la máquina de ejercicios a la nueva ubicación. Baje la máquina lentamente en la nueva ubicación sin lesionar su cabeza ni sus dedos.

⚠ No use los soportes verticales, los manubrios ni la consola para levantar o mover la máquina. Usted puede sufrir lesiones o la máquina puede resultar dañada.

La máquina puede ser trasladada por una o más personas en función de sus capacidades y destrezas físicas. Asegúrese de que usted y las demás personas sean físicamente capaces y aptos para mover la máquina de manera segura.

Ubique la máquina sobre una superficie limpia, resistente, nivelada y que esté libre de materiales no deseados u otros objetos que puedan estorbar su capacidad para moverse libremente. Se debe usar una estera de goma bajo la máquina para evitar la liberación de electricidad estática y proteger el piso.

Para un almacenamiento seguro de la máquina, retire las baterías y coloque la máquina en un lugar seguro, alejado de niños y mascotas.

Tenga en cuenta que en la operación normal de la máquina, el movimiento de los pedales está mecánicamente vinculado al movimiento de caminata de las bandas. Cuando las bandas de desplazamiento estén en reposo, los pedales descansarán en una posición fija. En caso de que un objeto se atore entre los pedales, éstos se pueden mover manualmente mediante una de las dos formas siguientes:

1. Empuje hacia abajo con el pie o la mano la barra posapies exterior del pedal inferior; de esta forma se moverán los pedales para liberar el objeto.
2. Empuje hacia abajo y hacia atrás con el pie o la mano la banda de desplazamiento del pedal inferior; de esta forma se moverán los pedales para liberar el objeto.

⚠PRECAUCIÓN No permita que los niños ni las mascotas jueguen con la máquina ni cerca de ésta.

Estera para máquina

La estera para máquina Bowflex® TreadClimber® es un accesorio opcional que le ayuda a mantener el área de entrenamiento despejada y la agrega una capa de protección al piso. La estera de goma para máquina le brinda una superficie antideslizante de goma que limita las descargas estáticas y reduce la posibilidad de errores de visualización funcionamiento. Si es posible, coloque la estera para máquina Bowflex® TreadClimber® en el área de entrenamiento seleccionada antes de comenzar el ensamblaje.

Para pedir el la estera para máquina opcional, visite www.bowflex.com o llame al 1 (800) 605–3369.

Nivelación de la máquina

Los niveladores se encuentran en la parte delantera de la máquina TreadClimber®. Asegúrese de que la máquina TreadClimber® esté nivelada y estable antes de ejercitarse en ella. Para ajustar:

1. Afloje la contratuerca superior.
2. Gire el nivelador para ajustar la altura.
3. Apriete la contratuerca superior para bloquear el nivelador.

⚠ No ajuste los niveladores a una altura excesiva que ocasione que se separen o desenrosquen de la máquina. Usted puede sufrir lesiones o la máquina puede resultar dañada.

Lea íntegramente la totalidad de las instrucciones de mantenimiento antes de comenzar cualquier trabajo de reparación. En determinadas condiciones, se requiere un asistente para realizar las tareas necesarias.

El equipo debe inspeccionarse periódicamente para ver si está dañado y hacerle reparaciones. El propietario es responsable de asegurar que se realice un mantenimiento periódico. Los componentes gastados o dañados deben repararse o reemplazarse inmediatamente. Para mantener y reparar el equipo, sólo pueden usarse componentes provistos por el fabricante.

Este producto, su embalaje y componentes contienen productos químicos que en el Estado de California se sabe que producen cáncer, defectos de nacimiento o daños reproductivos. Este aviso se proporciona conforme a la Proposición 65 de California. Si desea información adicional, consulte nuestra página Web en www.nautilus.com/prop65.

⚠DANGER Para reducir el riesgo de descarga eléctrica o el uso no supervisado del equipo, siempre retire las baterías de la máquina y espere 5 minutos antes de la limpieza, mantenimiento o reparación de la máquina.

Diariamente: Antes de cada uso, inspeccione si hay piezas sueltas, rotas, dañadas o gastadas. No use la máquina si presenta alguna de estas condiciones. Use un paño seco para limpiar todo rastro de transpiración después de cada uso.

Semanalmente: Verifique que los rodillos funcionen correctamente. Limpie la máquina para eliminar el polvo, la suciedad o la mugre. Limpie la parte superior de la banda con un paño húmedo con jabón y séquela de manera cuidadosa y a fondo con un paño seco. No permite que ningún líquido penetre bajo las bandas o al interior del armazón de la base.

Mensualmente: Asegúrese de que todos los pernos y tornillos estén bien apretados. Apriételos si es necesario.

AVISO: No limpie con un solvente a base de petróleo ni con un limpiador para automóviles. Asegúrese de mantener la consola libre de humedad.

Lubricación de la banda y la plataforma de desplazamiento

La máquina TreadClimber® está equipada con un sistema de plataforma y banda de bajo mantenimiento. La fricción de la banda puede afectar el funcionamiento y la vida útil de la máquina. Su máquina de ejercicios TreadClimber® viene con un suministro inicial de lubricación para las bandas.

Programa de lubricación

Nivel de usuario	Total de horas de entrenamiento por semana	Cuándo lubricar
Leve	menos de 3 horas	cada 3 meses
Moderado	de 3 a 5 horas	cada 2 meses
Intenso	5 o más horas	todos los meses

Le recomendamos que use una de las siguientes opciones:

- Juego de lubricación para cintas para correr Lube-N-Walk® (disponible en www.bowflex.com o en su distribuidor local especializado en acondicionamiento físico).
- Silicona 100% pura (disponible en la mayoría de las ferreterías y tiendas de piezas para automóviles)

Para obtener los mejores resultados, lubrique periódicamente los pedales con un lubricante a base de silicona, respetando las siguientes instrucciones:

1. Retire las baterías de la máquina.

2.Levante cuidadosamente cada banda y aplique lubricante a base de silicona en el centro de la plataforma del pedal a lo largo de toda la superficie alcanzable de la misma. Aplique de 0,15 a 0,25 onzas del lubricante sobre la plataforma bajo cada banda.

AVISO:Siempre use un lubricante a base de silicona 100% pura. No use un desengrasante como WD-40®, ya que éste puede afectar seriamente el rendimiento.

Nota: Es posible que se necesite aflojar las bandas de desplazamiento para permitir el acceso durante la lubricación. Consulte el procedimiento “Ajuste de las bandas de desplazamiento” si es necesario.

3. Colóquese a un lado de la máquina y tome los manubrios para apoyarse.

4.Con un pie, empuje la banda más cercana hacia la parte posterior de la máquina a muy baja velocidad durante aproximadamente 15 segundos. No pise ningún excedente de lubricante, grasa ni aceite mientras empuja la banda.

5. Preocúpese de limpiar todo exceso de lubricante de los pedales. También recomendamos una inspección periódica de las superficies de los pedales bajo las bandas. Si las plataformas se ven gastadas, comuníquese con un representante de TreadClimber® (consulte la sección Contactos de este manual).

Para reducir la posibilidad de resbalamiento, asegúrese de que el área de los pedales esté libre de grasa o aceite. Limpie todo exceso de aceite que haya en las superficies de la máquina.

Alineación de la banda de desplazamiento

Las bandas de desplazamiento deben ajustarse si están suficientemente descentradas como para provocar un sonido

de roce o raspadura. Los ajustes pueden realizarse en el rodillo delantero de cada pedal.

Ajuste de las bandas de desplazamiento: Con la máquina en funcionamiento, observe dónde corren las bandas sobre cada pedal. Los pernos de ajuste de la banda de desplazamiento están en el extremo delantero de cada rodillo. Si la banda se desplaza demasiado hacia la derecha, use un destornillador Phillips #2 para girar el perno de ajuste derecho de la banda

de desplazamiento hacia la derecha en esa banda en incrementos de media vuelta. Asegure el destornillador y haga funcionar las bandas de desplazamiento durante aproximadamente 30 segundos, mientras verifica si está ajustada la banda de desplazamiento. Repita según sea necesario hasta que se ajuste.

Si la banda se desplaza demasiado hacia la izquierda, haga el mismo procedimiento en el perno de ajuste izquierdo de la banda de desplazamiento.

Nota: No gire los pernos hacia la izquierda cuando ajuste la alineación de la banda.

Verificación de la tensión de la banda – Desde el punto medio de la banda, una banda con la tensión correcta sólo debe tener dos pulgadas de huelgo.

Procure que terceras personas y niños estén siempre alejados del producto durante este procedimiento.

Para verificar, tire la banda hacia arriba en su punto medio y mida la distancia hasta la plataforma. Si la distancia es superior a dos pulgadas, la banda está suelta. Para apretarla, gire ambos pernos de ajuste de la banda de desplazamiento hacia la derecha una media vuelta y vuelva a verificar la tensión. Repita este paso si es necesario.

Nota: Los pernos se giran hacia la izquierda en forma equitativa para disminuir la tensión de la banda.

Inspección y lubricación de la rótula esférica Heim

Para que los pedales funcionen bien, la rótula esférica Heim debe inspeccionarse y lubricarse con un aceite 3 en 1 cada seis meses. Aplique el aceite de lubricación a todas las áreas interiores de la rótula esférica Heim.

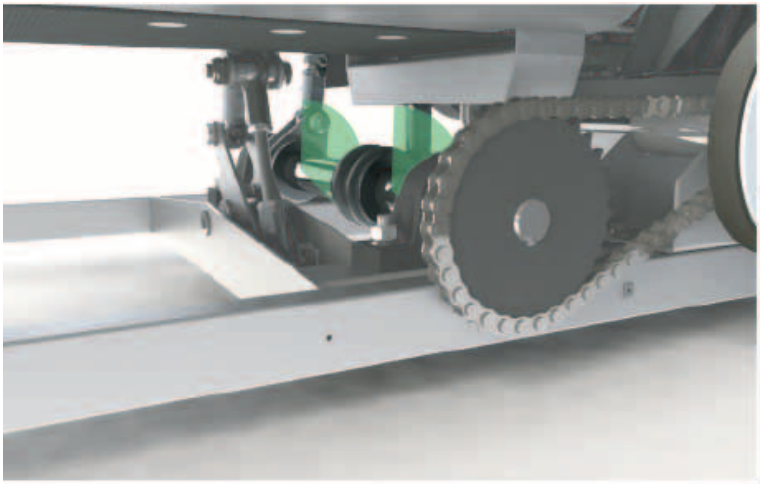
Nota: Asegúrese de colocar un paño abajo de la rótula esférica Heim cuando aplique el aceite o la ajuste.

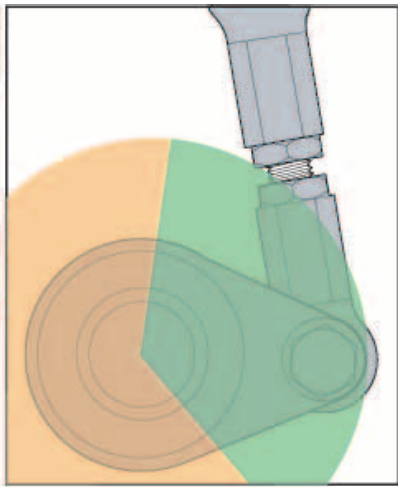
Inspeccione la rótula esférica Heim para confirmar que la tornillería sea segura. Si las tuercas de seguridad están sueltas, comuníquese con el servicio al cliente para solicitar orientación.

Inspección y ajuste de los baleros unidireccionales

Para que los pedales funcionen bien, los baleros unidireccionales deben estar en la zona de operación. Si un pedal es levantado o movido incorrectamente antes de conectar la dependencia, los baleros unidireccionales pueden rodar fuera de la zona de operación y así inhabilitar a los pedales.

Para corregir cualquiera de los baleros unidireccionales, necesitará desconectar la dependencia del ensamblaje de los pedales. Asegúrese de colocar el bloque de apoyo para los pedales abajo de éstos antes de desconectar la dependencia (consulte los pasos 2 y 3 de ensamblaje).





Mientras el bloque de apoyo para los padales apoye a éstos, utilice una llave de 16 mm y una llave de cabeza hexagonal de 5 mm para retirar la tornillería. Párese frente a la máquina, mantenga ligeramente levantados los pedales y empuje las bandas de desplazamiento. Continúe esta operación hasta que los dos baleros unidireccionales estén hacia atrás de la máquina. Baje los pedales hacia el bloque de apoyo para éstos.

No use ropa suelta ni joyas. Esta máquina contiene piezas móviles. No ponga los dedos ni otros objetos en las piezas móviles del equipo para ejercicios.

Las bandas de desplazamiento pueden moverse abruptamente. Para evitar posibles lesiones graves, mantenga las manos lejos de los bordes de las bandas de desplazamiento.

Cuando los baleros unidireccionales estén en la zona de operación, vuelva a conectar la tornillería. Asegúrese de no levantar los pedales demasiado cuando reconecte la dependencia, ya que los baleros podrían necesitar un reajuste.

Reemplazo de las baterías de la consola

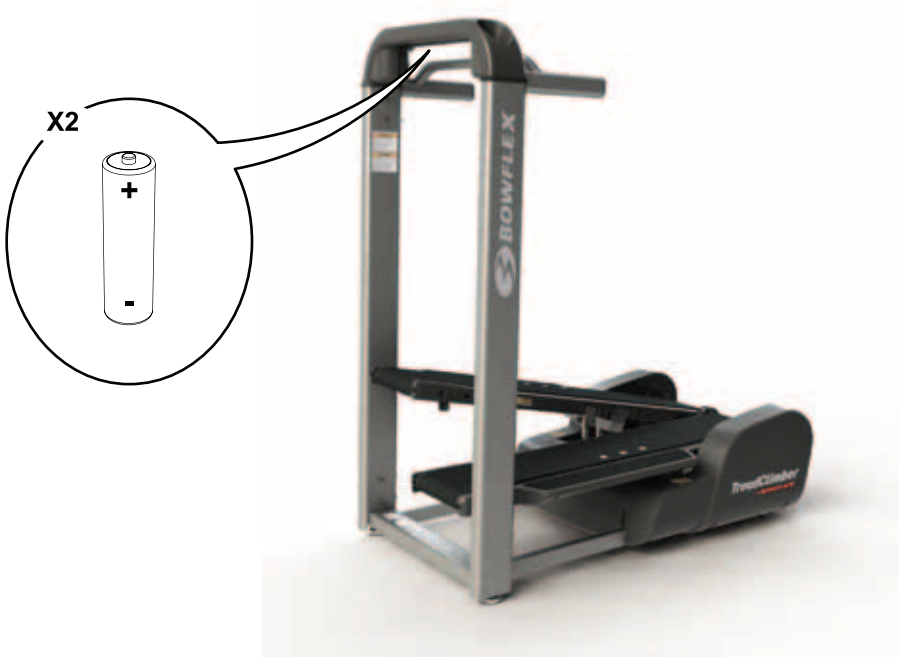
La consola parpadeará “bAtt” tres veces cuando las baterías estén a cerca del 10% de su energía clasificada durante el encendido. Al reemplazar las baterías, asegúrese de que éstas apunten en la dirección de las marcas +/– que hay en el compartimiento para las baterías.

Nota: La consola usa baterías tamaño AA (LR6).

No mezcle baterías viejas y nuevas.

No mezcle baterías alcalinas, estándar (carbono-zinc) o recargables (Ni-Cd, Ni-MH, etc.).

Si no va a usar la máquina TreadClimber® durante un período prolongado, asegúrese de quitar las baterías.



Reducción de la electroestática en la banda de desplazamiento

La máquina TreadClimber® puede producir una carga estática provocadas por el movimiento de las bandas de desplazamiento. Siga este procedimiento para aplicarles un rociador antiestático para reducir las cargas electroestáticas.

1. Retire las baterías de la consola.

2. Aplique cuidadosamente el rociador antiestático para cubrir ligeramente la superficie superior de las bandas de desplazamiento a lo largo de la parte delantera de la máquina (área destacada en verde).

AVISO: Sostenga el dispensador del rociado a aproximadamente 13 cm (6 pulgadas) por encima de la banda de desplazamiento y apúntelo hacia la parte delantera de la máquina. Aplique el rociado sólo sobre las bandas, no en la plataforma ni el mecanismo. Si el rociado se sale de las bandas, limpie el exceso de las demás piezas de la máquina.

Nota: Asegúrese de cumplir con las instrucciones de seguridad del fabricante para el producto antiestático.

3. Usando un pie, haga avanzar manualmente las bandas de desplazamiento hacia la parte trasera de la máquina hasta la exponer la siguiente sección sin rociado.

4. Repita los pasos 2 y 3 hasta que todas las secciones de las bandas estén ligeramente recubiertas con rociador antiestático.

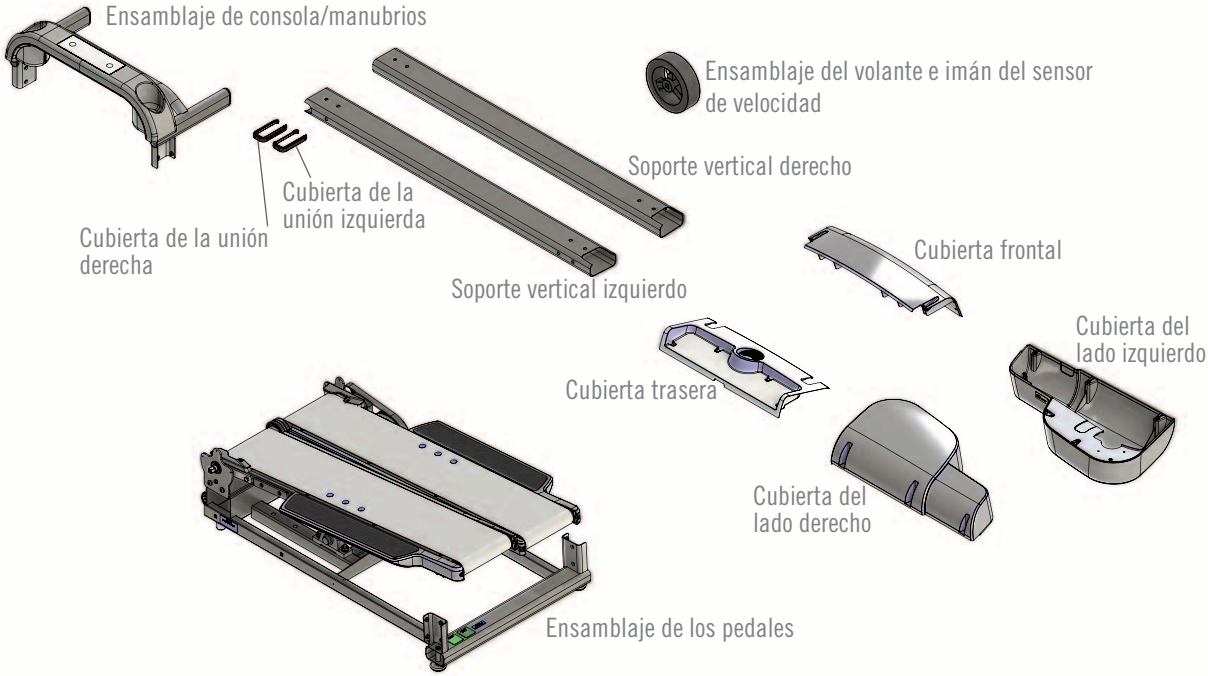
5. Espere hasta que las bandas estén completamente secas (aproximadamente 2-4 horas).

6. Inspeccione la alineación y la tensión de la banda de desplazamiento antes de usar la máquina. Consulte los procedimientos de ajuste de la banda de desplazamiento y verificación de la tensión de la banda.

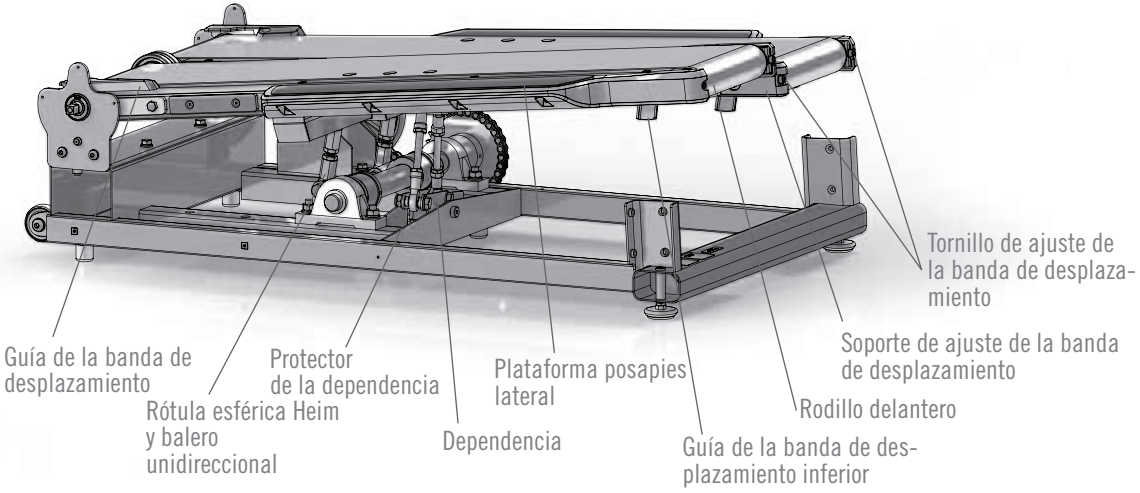
7. Instale las baterías en la consola.

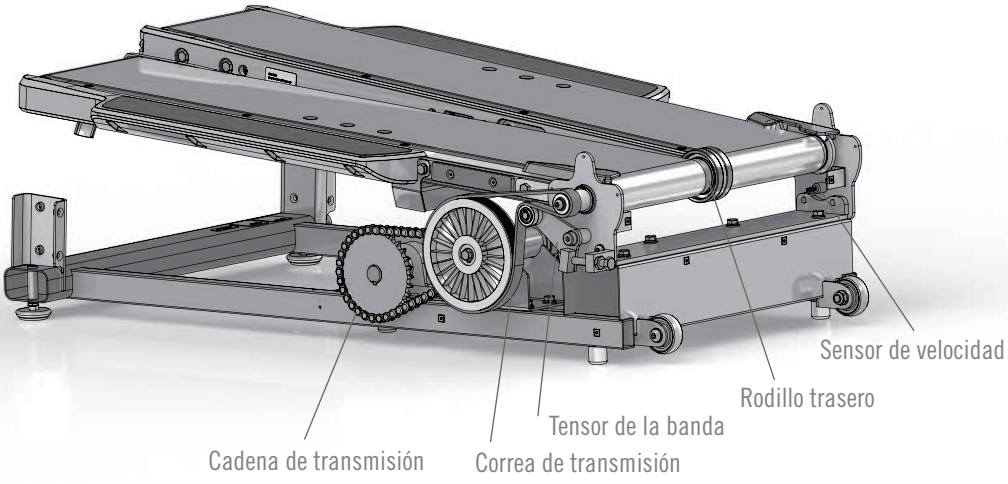
Nota: Repita el procedimiento para aplicar rociador antiestático si vuelve a producirse una descarga electroestática. La máquina acumulará más carga electroestática cuando el aire a su alrededor esté más seco. Asegúrese de cumplir con las instrucciones de seguridad del fabricante para el producto antiestático.

Piezas para mantenimiento


Ensamblaje de consola/manubrios
Ensamblaje del volante e imán del sensor de velocidad
Soporte vertical derecho
Cubierta de la unión izquierda
Cubierta de la unión derecha
Soporte vertical izquierdo
Cubierta frontal
Cubierta del lado izquierdo
Cubierta trasera
Cubierta del lado derecho
Ensamblaje de los pedales

Piezas para mantenimiento (ensamblaje del pedal)


Tornillo de ajuste de la banda de desplaza-miento
Guía de la banda de desplazamiento
Protector de la dependencia
Plataforma posapies lateral
Soporte de ajuste de la banda de desplazamiento
Rótula esférica Heim y balero unidireccional
Dependencia
Rodillo delantero
Guía de la banda de des-plazamiento inferior



Condición/Problema	Lo que debe revisarse	Solución
La consola no se enciende/pone en marcha	Baterías	Asegúrese de que las baterías están correctamente instaladas. Si las baterías están correctamente instaladas, reemplácelas con un conjunto de baterías nuevas.
La velocidad que se muestra no es exacta.	Pantalla configurada en la unidad de medida incorrecta. (inglesa/métrica)	Cambie las unidades de visualización.
	Ajuste de consola “EdgE” (si está presente)	Cambie el ajuste de detección de velocidad en la consola a la otra opción (consulte el procedimiento “Modo de servicio/configuración de la consola”).
	Ensamblaje del sensor de velocidad	Reinstale el ensamblaje del sensor de velocidad
La velocidad visualizada siempre es “0”/fija en modo de interrupción	Cable del sensor de velocidad	Asegúrese de que el cable del sensor de velocidad esté conectado a la parte posterior de la consola y al ensamblaje de los pedales cerca del ensamblaje del volante.
	Imán del sensor de velocidad y ensamblaje del sensor de velocidad	Revise el imán del sensor de velocidad y el ensamblaje del sensor de velocidad para asegurarse de que estén en su lugar.
	Ensamblaje de la consola	Reinstale el ensamblaje de la consola.
Desalineación de la banda de desplazamiento	Guías traseras de la banda	Las bandas deben montarse en la parte superior de la guías de la banda triangular negra, en la parte posterior de los pedales.
	Ajuste del desplazamiento	No es necesario que las bandas estén perfectamente centradas y, en general, están más descentradas en la parte posterior que en la parte delantera. Esto puede variar en función del tranco del usuario. Si la banda se desplaza hacia un lado lo suficientemente lejos como para causar un sonido de raspadura o el desgaste de la banda (deshilachamiento), siga el procedimiento de alineación de la banda del Manual del propietario.

Ruido de rechinamiento o de raspadura según la velocidad	Alineación de la banda	Verifique la alineación de la banda de desplazamiento. El contacto de la banda con las guías metálicas bajo los pedales puede provocar un fuerte ruido de rechinamiento. Si las bandas están desalineadas, ajuste la banda de desplazamiento.
	Rodillos	Comuníquese con atención al cliente para obtener ayuda adicional.
Tambaleo o resbalamiento de la banda al caminar sobre la unidad	Tensión de la banda de desplazamiento	Siga el procedimiento “Ajuste de las bandas de desplazamiento” para ajustar la tensión de dicha banda.
	Lubricación	Consulte el programa de lubricación y aplíquelo como sea necesario.
Sonido “tic-tac” una vez por revolución o ruido de raspadura que proviene desde abajo del pedal	Alineación de la banda	Es posible que la costura de la banda esté en contacto con la guía metálica de la banda bajo el pedal. Un leve ajuste de la banda debe subsanar el ruido. Siga el procedimiento “Ajuste de las bandas de desplazamiento”.
Los pedales no funcionan correctamente	Dependencia y rótula esférica Heim	Consulte los procedimientos “Inspección y ajuste de los baleros unidireccionales” e “Inspección de la rótula esférica Heim”.
	Pedales	Comuníquese con atención al cliente para obtener ayuda adicional.

Queremos que sepa que su máquina TreadClimber® es un producto superior. Su satisfacción está garantizada. Si, por cualquier razón, usted no está 100% satisfecho con su máquina TreadClimber®, siga las instrucciones a continuación para devolver la mercancía y recibir un reembolso del precio de compra, menos los gastos de envío.

Esta garantía de satisfacción de la TreadClimber® sólo se aplica a la mercancía adquirida por los consumidores directamente de Nautilus, Inc. Esta garantía no se aplica a ventas hechas por comerciantes o distribuidores.

1. Llame a un representante de TreadClimber® al 1-800-605-3369 para obtener un número de autorización de devolución (RMA, por sus siglas en inglés). Se asignará un RMA si:

a. La máquina de ejercicios TreadClimber® fue adquirida directamente de Nautilus, Inc.
b. La solicitud de devolución del producto se realiza en el lapso de 6 semanas a contar de la fecha de entrega de su mercancía.

2. Si se asigna un RMA, las instrucciones siguientes le evitarán demoras en el procesamiento de su reembolso.

a. La mercancía debe devolverse a la dirección que se le entrega al momento de la llamada para autorización de devolución.
b. Toda mercancía devuelta debe estar debidamente embalada y en buen estado, de preferencia en las cajas originales.
c. El exterior de las cajas debe marcarse claramente con:
    Número de autorización de devolución
    Su nombre
    Su dirección
    Su número de teléfono
d. Además, debe colocarse un papel con su nombre, dirección y número de teléfono o copias de su factura original en cada caja de mercancía.
e. **Su número de RMA tiene una duración específica.** Su envío debe tener un timbre postal que no exceda las dos semanas a contar de la fecha en la que el representante de TreadClimber® emitió el número de autorización de devolución.

Nota: Usted es responsable del envío de devolución y de cualquier daño o pérdida de la mercancía que ocurra durante el envío de devolución. Nautilus recomienda que obtenga números de seguimiento y asegure su envío.

Devoluciones no autorizadas

Nautilus, Inc. define una devolución no autorizada como cualquier mercancía devuelta a nuestras instalaciones sin un número válido y vigente de autorización de devolución de mercancía (RMA) emitido por Nautilus. Si no marca debidamente los paquetes con un número de RMA válido o si permite que un número de RMA expire, esto ocasionará que Nautilus, Inc. considere una devolución como no autorizada. Cualquier mercancía devuelta sin un número de RMA no estará sujeta a reembolso ni crédito y Nautilus desechará el producto. El cliente asume todos los gastos de envío de cualquier devolución no autorizada.

TreadClimber®

by BOWFLEX®

Nautilus® | Bowflex® | Schwinn® | Universal®

003-3861.013112.C